Panasonic®

取扱説明書のイラストは
SR－HG104を使っています

取扱説明書

IH ジャー炊飯器 家庭用

1.0Lタイプ　品番 SR-HG104
SR-HS104
1.44Lタイプ　品番 SR-HG154
SR-HS154

このたびは、パナソニック製品をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。

●取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。
●ご使用前に**「安全上のご注意」（2～3ページ）を必ずお読みください。**
●保証書は、「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、取扱説明書とともに大切に保管してください。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「ご愛用者登録」をしてください。（裏表紙ご参照）

保証書別添付

もくじ

安全上のご注意 必ずお守りください

人への危害、財産の損害を防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

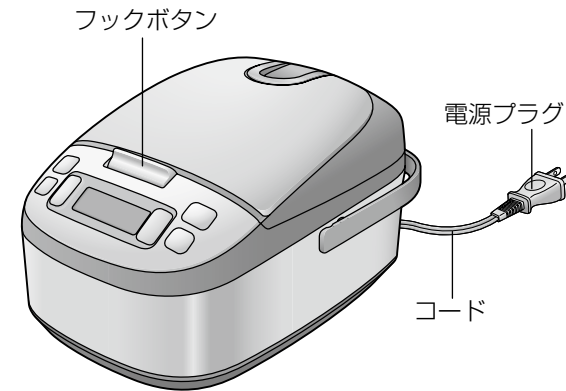
■誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を区分して、説明しています。

「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。

「軽傷を負うことや、財産の損害が発生するおそれがある内容」です。

■お守りいただく内容を次の図記号で説明しています。

 してはいけない内容です。

 実行しなければならない内容です。

⚠ 警告

電源プラグやコードの取り扱いは…
（ショート・絶縁不良・劣化などによる発火・感電の原因）

●**電源プラグ・コードを傷めない**

傷付ける、加工する、高温部に近づける、無理に曲げる、ねじる、引っ張る、重い物を載せる、束ねる、挟み込む　など

●**傷んだ電源プラグ・緩んだコンセントは使わない**

●**ぬれた手で電源プラグの抜き差しはしない**

●**定格15A・交流100Vのコンセントを単独で使う**
（他の機器と併用すると、発熱による火災の原因）
延長コードも定格15A以上のものを単独使用する。

●**電源プラグは根元まで確実に押し込む**

●**電源プラグのほこりなどは定期的に取る**
（ほこりなどがたまると、湿気などで絶縁不良となり火災の原因）
➡電源プラグを抜き、乾いた布でふく。

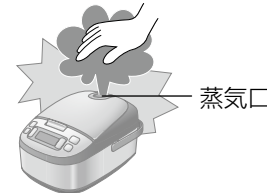
異常・故障時は…

●**直ちに使用を中止し、電源プラグを抜く**
（発煙・発火・感電のおそれ）

<異常・故障例>
- 電源プラグ・コードが異常に熱くなる。
- コードに傷が付いたり、通電したりしなかったりする。
- 本体が変形したり、異常に熱い。
- 本体から煙が出たり、こげ臭いにおいがする。
- 本体の一部に割れ、ゆるみ、がたつきがある。
- 炊飯中、底部のファンが回っていない。

➡ すぐに販売店へ点検・修理を依頼してください。

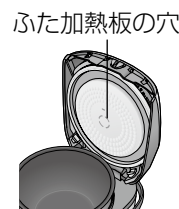
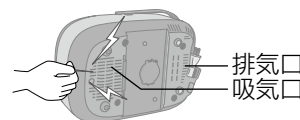
使用中や使用後しばらくは…

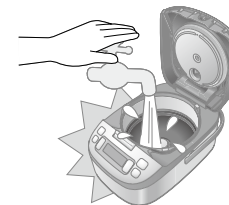
●**蒸気口に顔や手を近づけない**
（やけどの原因）
特にお子様には充分ご注意ください。

次の点もご注意ください
（火災・やけど・けが・感電の原因）

●**分解・修理・改造をしない**
➡ 修理は販売店にご相談ください。

●**取扱説明書に記載した用途以外には使わない**

●**ふた加熱板の穴をふさぐおそれのある物は、内釜に入れない**
（蒸気や内容物が噴出するおそれ）

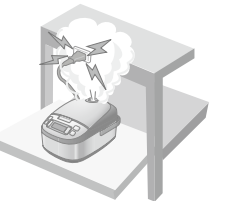
<禁止する調理例>
- ポリ袋などに具材や調味料を入れて加熱する。
- クッキングシートなどを落としぶた代わりに使用する。

●**本体底の吸排気口やすき間に異物（特にピンや針金など金属製の物）を入れない**

●**取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、乳幼児に触れさせない**

●**本体を水洗いしたり、水につけたり、水をかけたりしない**

⚠ 注意

使用中や使用後しばらくは…

●**高温部に触れない**
（やけどの原因）
ふたの内側にある部品など
➡お手入れは、電源プラグを抜き本体内部が冷めてから行う。

電源プラグやコードの取り扱いは…
（発火・感電の原因）

●**コンセントに差した電源プラグに蒸気を当てない**
➡スライド式テーブルでは、電源プラグに蒸気が当たらない位置で炊飯器を使う。

●**コードを巻き取るときや電源プラグを抜くときは、必ず電源プラグを持つ**
（けがの原因にもなります）

●**使用時以外はコンセントから抜く**

こんな場所で使わない

●**水のかかる所や火気の近くで使わない**
（感電・漏電の原因）

●**不安定な場所や熱に弱い敷物の上で使わない**
（火災の原因）

●**壁や家具の近くで使わない**
（変色や変形の原因）
➡キッチン用収納棚などをお使いのときは、中に蒸気がこもらないようにする。
スライド式テーブルでは、天面に蒸気が当たらないよう、引き出して使うなど。

●**アルミシートや電気カーペットの上で使わない**
（アルミ材が発熱し、発煙・発火の原因）

次の点もご注意ください

●**専用の内釜以外は絶対に使わない**
（過熱によるやけどやけがの原因）

●**持ち運ぶときはフックボタンに触れない**
（ふたが開き、やけどの原因）

医療用ペースメーカーなどをお使いの方は…

●**医師とよくご相談ください**
本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。

使用上のお願い

炊飯器本体について

■スライド式テーブルに置くときは、必ずテーブルの荷重強度を確認する。
（落下するおそれがあります）
●炊飯器に水やお米を入れると、1.0Lタイプは、約7kg 1.44Lタイプは、約8kg になります。

■使用中は、本体上面をふさがない。
●ふきんなど
（蒸気がこもり、ふたの変形や表示部が故障する原因になります）

■直射日光が当たる所で使わない。
（変色の原因になります）

■本体底面（吸排気口）をふさぐような場所（じゅうたん・ビニール袋・アルミ箔・布などの上）で使わない。
（本体内に熱がこもり、故障の原因になります）

■本体底の吸排気口は、定期的に確認し、ほこりなどは取り除く。（P.19）

■ごはんつぶなど異物や汚れが付いたまま使わない。
（・エラー表示が出たり、ごはんがこげたりして、うまく炊けません
・炊飯時に蒸気漏れが発生し、本体を傷める原因になります）

■磁気に弱いものを近づけない。
●ラジオ・テレビ・補聴器など
（雑音が入ったり、音が小さくなることがあります）
●ICカード・キャッシュカードなど
（記録が消えたり、壊れたりします）

■磁石を近づけない。
（誤動作の原因になります）

■IHクッキングヒーターの上で使わない。
（故障の原因になります）

内釜について

内釜の材質は製品によって異なります。		
	●SR-HG104/HG154：(内面) ダイヤモンドフッ素樹脂被膜	(外面) 銅コート
	●SR-HS104/HS154：(内面) ダイヤモンドフッ素樹脂被膜	(外面) ステンレス

■炊飯器以外では使わない。

●ガス火、ＩＨクッキングヒーター、電子レンジなどで使用しない。

■かたいものに当てたりしない。

（外面に傷が付いたり変形する原因）

■内面被膜のはがれや傷付きなどを防ぐため、次のことをお守りください。

準備のとき

●泡立て器などで洗米しない。

●金属製のざるなどを当てない。

炊き上がったとき

●内釜で酢を混ぜない。（すしめしなど）
●金属製のおたまは使わない。（おかゆなど）
●たたいたりしない。（よそうときなど）

お手入れのとき （P.18）

●洗いおけ代わりに使わない。
スプーンや食器類を入れない・投げ込まない

●調味料を使った場合は、内釜に調理物を入れたままにしない。
➡炊込みごはんなどをしたときは、早めに内釜から取り出して洗う。

●食器洗い乾燥機や食器乾燥器を使わない。
●洗ったあと乾かすときは食器の上に伏せたりしない。

●磨き粉や金属たわし、ナイロンたわしなどで洗ったり、こすったりしない。
➡やわらかいスポンジで洗う。

お知らせ　次の場合は性能や人体への影響など問題はありません。
〔外面〕●浅い傷・小さな凹凸がある　●釜底の銅コートが摩耗してきた（使用頻度により発生）
●銅コートが黒く変色している→水で湿らせたやわらかいメラミンスポンジなどでふき取る。
〔内面〕●ダイヤモンドフッ素樹脂被膜がはがれた
→気になるときや内釜が変形したときは、購入できます。（裏表紙）

各部の名前／付属品

■初めてお使いになるときは、付属品と内釜、ふた加熱板、蒸気ふたを洗ってください。（P.18）

付属品

●押すとふたが開きます

【SR-HS104/HS154】

ごはんを炊く すぐ炊きたいとき

お米を洗い水加減する　セットする　炊く

1 お米をはかって洗う

●はかり方
付属の計量カップすりきりではかる。（約180mL／合）

●洗い方
①最初はたっぷりの水で大きくかき混ぜ、水はすぐに捨てる。
②お米を軽くかき混ぜるようにして、水を2～5回入れ替えながら洗う。
（とぎ水は少し白いくらいでよい）

●無洗米は、軽く底からかき混ぜる。
（お米と水をなじませる）

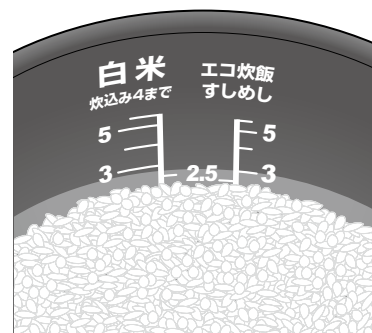
お願い

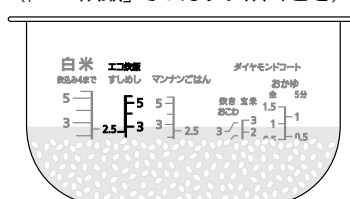
●ざるに上げたまま放置しないでください。
（お米が割れて、べたつきやこげの原因）

2 水加減する

●水は、炊きたい「コース」の目盛り（水位線）に合わせる。(P.8)
（平らな台の上で、左右両方の目盛りを見ながら）

お知らせ

●お米の浸水は不要です。
「炊飯」ボタンを押すと自動で吸水します。

●水の量は、お米のカップ数に合わせる。
季節やお好みなどで、加減するときは水位線を基準に「エコ炊飯」コースは1～5mm程度、その他のコースは1～2mm程度を目安に調整する。
（増やしすぎるとうまく炊けないことがあります。）
・新米は少なめ、夏場は多めに
・かためがお好みの場合は少なめ、やわらかめがお好みの場合は多めに

（「エコ炊飯」で3カップ炊くとき）

●お米は、平らにならす。

図の内釜は1.0Lタイプです。

3 ふた加熱板を取り付ける (P.18)

4 内釜を入れる

●内釜の周囲の水分などは、ふき取っておく。

5 電源プラグを差す

●コードは正しく扱う。
・引き出すときは、赤テープ以上引き出さない。（破損の原因）
・戻すときは、コードのねじれを直してから、電源プラグを少し引くと戻る。

6 コースを確認し「炊飯」ボタンを押す

●お買い上げ時は「白米／エコ炊飯」に設定されています。
変更するときは（P.10）

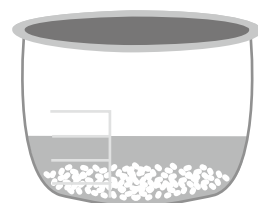
を押す

炊飯開始

●炊き上がってブザーが鳴ったらむらしは終わっています。
すぐにごはんをほぐしてください。
（余分な水分を逃がすため）

ごはんを炊く（すぐ炊きたいとき）

おいしさの3か条

水とお米は正しくはかる

お米はやさしく洗う

力を入れて洗うとお米が割れてべたつきやこげの原因になります。

炊飯に適した水を使う

水道水や浄水器を使った水がおすすめです。
●pHの高い（9より高い）アルカリイオン水は、べたつきや黄変の原因になります。
●硬度の高い（100以上）ミネラルウォーターは、ぱさつきやかたくなる原因になります。

こんなことにも気をつけて！

●精米日の新しいお米を選ぶ
●お米は開封したら早めに食べる
●お米は冷蔵庫で保存する

コースの使い分け

●お買い上げ時は、「白米／エコ炊飯」に設定されています。

用途	米	コース	水位線	炊飯時間（目安）
標準の炊き方（時間と電力量に配慮）	白米 無洗米	**エコ炊飯** 少ない電力量で炊き上げます。	エコ炊飯	45分
エコ炊飯コースより時間をかけてふっくら炊き上げる	白米 無洗米	**ふつう**	白米	53分
少しだけ炊く	白米 無洗米	**少量** 1.0Lタイプ（0.5～1.5カップ） 1.44Lタイプ（0.5～2カップ）	白米	48分
早く炊く	白米 無洗米	**早炊き** ややかために炊き上がります。 あらかじめお米を浸しておくと和らぎます。	白米	27～34分
すしめしを炊く	白米 無洗米	**すし**	すしめし	46分
おかゆを炊く	白米 無洗米	**おかゆ** 全がゆと水分の多い5分がゆが炊けます。	おかゆ （全または5分）	50～67分
炊込みごはんや炊きおこわを炊く	白米 無洗米	**ふつう** 1.0Lタイプ（1～4カップ、炊きおこわは1～3カップ） 1.44Lタイプ（1～6カップ、炊きおこわも同じ）	白米 もち米を使うときは 炊きおこわ	53分
雑穀米／発芽玄米／分づき米／胚芽米を炊く	白米 無洗米	**ふつう** 1.0Lタイプ（0.5～4カップ） 1.44Lタイプ（0.5～6カップ）	市販品の記載に従う 記載がないときは 白米	53分
玄米を炊く		**玄米**	玄米	110～120分
マンナンごはんを炊く		**マンナンごはん**	マンナンヒカリは マンナンごはん それ以外は 市販品の記載に従う	50～60分
健康調理をする スープや雑炊など栄養豊富なメニューが調理できます		**健康調理** 1.0Lタイプ （白米水位線：0.5～4カップ） 1.44Lタイプ （白米水位線：0.5～5カップ）	–	設定時間 1～90分 （沸騰後から減り始め、出来上がりまでの時間を表示します）

●**分づき米とは、**玄米から「胚芽とぬか層」の一部を取り除いたお米です。約3割取り除いたものが3分づき米、約5割取り除いたものが5分づき米となり、数字が大きくなるほど白米に近づきます。

●**胚芽米とは、**胚芽を残して精米したお米です。ビタミンB_1やビタミンEを多く含みます。

●**炊飯時間は、**炊飯開始直後に炊き上がるまでの時間を表示します。ただし、「早炊き・おかゆ・玄米・マンナンごはん」を選ぶと、炊飯開始直後は現在時刻を表示し、炊き上がりの約10分前から、炊き上がるまでの時間を表示します。

エコ炊飯

■お買い上げ時の設定です。
炊飯時間と消費電力量に配慮してごはんを炊き上げます。

消費電力量の比較

	SR-HG104（3カップ炊飯時）	SR-HG154（4カップ炊飯時）	SR-HS104（3カップ炊飯時）	SR-HS154（4カップ炊飯時）
エコ炊飯	149 Wh	177 Wh	145 Wh	174 Wh
ふつう	215 Wh	261 Wh	201 Wh	253 Wh

省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による

お知らせ

●ごはんがかたく感じるときは、次のようにすると和らぎます。
①炊き上がってほぐしてから、しばらく置く。
②次回炊飯するときは、水の量を増やす。（水位線より1～5mm程度が目安）
③あらかじめお米を浸してから「炊飯」ボタンを1回押して炊飯する。

■市販のこんにゃく加工食品※を使って、カロリーを抑えたごはんを炊き上げます。

●**大塚食品**の「マンナンヒカリ」に合わせたコースです。
●お米だけのごはんに比べ、カロリーを抑え食物繊維が豊富なごはんです。
●こんにゃく加工食品は、炊飯すると白米に比べて水分を多く含むため、やわらかくあっさりした食感に炊き上がります。

※こんにゃく精粉などを使った米粒状の食品

お知らせ

●こんにゃく加工食品を多く混ぜると、やわらかく水っぽいと感じることがあります。
➡水の量をやや少なめにしてください。
●こんにゃく加工食品は、炊き上がると表面に集まりやすいため、炊く前に軽くかき混ぜて炊き上がったら、全体をよくほぐしてからお召し上がりください。
●無洗米に混ぜて炊くときは、「無洗米」コースがおすすめです。

「マンナンヒカリ」は、大塚食品株式会社の登録商標です。

コースを変更して炊く

1 コースの内容を確認する

■コースを変更したいとき

を押して「▲」を炊きたいコースに合わせる（下記、「コースの選び方」参照）

●予約をして炊くときは（P.12）

2 「炊飯」ボタンを押す

点滅

炊飯 を押す

炊飯開始

●炊き上がってブザーが鳴ったら、むらしは終わっています。すぐにごはんをほぐしてください。（余分な水分を逃がすため）

お米を浸してから炊かれるお客様へ

本機の炊飯時間には、お米の吸水時間が含まれています。あらかじめ浸したときは、下記の手順で炊くと、吸水時間を短くし（P.27）、浸した米のべたつきを抑えて炊き上げます。

1 コースを確認する（炊きたいコースに「▲」を合わせる）

2 炊飯 を2回続けて押す （1回だけ押すと、やわらかめになります）

●炊き上がりの約10分前から、炊き上がるまでの時間を表示します。

お願い
- ●13時間以上（夏場など水温が高いときは8時間以上）水に浸さないでください。（においの原因）
- ●炊込みごはんや炊きおこわは、浸してから炊かないでください。（調味料が沈殿してうまく炊けない原因）

お知らせ
- ●「おかゆ」「玄米」には使えません。
- ●夏場30分以上、冬場1時間以上浸したときにご使用ください。

コースの選び方

●「コース」ボタンを押すたびに「▲」が移動し、下記の順番にコースを選ぶことができます。

使い始めや、前回『白米』を炊いたとき

1 「白米」が「ー」で選択され、「▲」が順に移動します。

続けて「コース」ボタンを押すと

2 「無洗米」が「ー」で選択され、「▲」が順に移動します。

前回『無洗米』を炊いたとき

上記手順が **2** **1** の順に入れ替わります。

お知らせ
- ●「白米」「無洗米」は記憶されます。（「エコ炊飯」「ふつう」はコースも記憶されます）
- ●「お手入れ」は選択したときに表示されます。
- ●目の不自由な方のために、「炊飯」と「取消／切」ボタンには、凸部（「●」「▬」）があります。
- ●ボタン操作時の基準点（例：「コース」ボタンは「白米／エコ炊飯」）を分かりやすくするために、ブザー音を「ピピッ」に変えています。

保温する

保温（自動）

●炊き上がると健康調理以外のコースは自動的に保温になります。
（すぐにごはんをほぐしてください）

○	●エコ炊飯　●ふつう　●少量　●早炊き　●すし
	●マンナンごはん 12時間以上保温すると、食味低下の原因
自動的に保温になりますが、おすすめできません	●炊込み／炊きおこわ ふた加熱板がさびたり、食味低下の原因
	●おかゆ のり状になる原因
	●雑穀米／発芽玄米／分づき米／胚芽米　●玄米 食味低下の原因

お願い
- ●24時間以上の保温はしないでください。
- ●高温多湿の地域にお住まいの方は、保温温度を60→74に上げてください。（P.24）（保温臭がしやすいため）
- ●保温臭が気になるときは、お手入れ機能（P.19）を使用後、保温温度を60→74に上げてください。（P.24）
- ●保温中、においや露が多く付くのを防ぐために、ごはんが入ったまま、保温を取り消したり、電源プラグを抜いて、そのまま放置しないでください。
- ●においの発生を防ぐために、しゃもじを入れたまま保温しないでください。

お知らせ
- ●健康調理は保温になりません。また、保温機能も使わないでください。（ふた加熱板がさびる原因）
- ●保温の経過時間は、1時間単位で23時間まで表示します。（1時間未満は、「0」を表示）
- ●24時間を超えると、現在時刻を表示します。

再加熱（手動）

●保温中のごはんをあつあつにします。

1 保温中の ごはんをほぐす

2 「保温／再加熱」ボタンを押す

点灯

を押す

再加熱開始

点滅（約5～7分間）

●ブザーが鳴ったら、すぐにごはんをほぐしてください。そのままお召し上がりいただけます。

お知らせ
- ●次の場合は再加熱できません。
  - ・ごはんが冷めているとき（ブザーが4回鳴る）
  - ・保温中でないとき
- ●2回以上繰り返し再加熱すると、食味低下の原因になります。

予約する

IH

予約 1・2　コース　時 一 分　白米 無洗米 エコ炊飯 ふつう 少量 早炊き　予約1 完了　7:30　すし おかゆ 玄米 マンナンごはん 健康調理　保温 再加熱　炊飯　取消 切

3　4　●操作をやり直すとき ●予約を取り消すとき　5

予約

●**炊き上がり時刻は、2通り設定できます。**（次に変更するまで記憶）
（お買い上げ時の設定：「予約1」が5:00、「予約2」が18:00）

例：午前7時30分に合わせる場合

1 現在時刻が合っているか確認する
●合っていないときは、右の手順に従って合わせる。

2 コースを確認する
（炊きたいコースに合わせる　P.10）

3 「予約1」または「予約2」を選ぶ

を押す

点滅する

●押すたびに変わります。
予約1 ↔ 予約2

4 炊き上がり時刻を合わせる

時 進む（1時間単位）
分 進む（10分単位）

白米 無洗米 エコ炊飯 ふつう 少量 早炊き　予約1　炊飯を押す　7:30　すし おかゆ 玄米 マンナンごはん 健康調理
点滅する

●押し続けると早送りできます。

5 「炊飯」ボタンを1回押す

点滅
を押す

予約完了

点灯　消灯
●炊き上がってブザーが鳴ったら、むらしは終わっています。すぐにごはんをほぐしてください。
（余分な水分を逃がすため）

現在時刻が合っていないとき

●時刻は24時間表示です。

1 電源プラグを差す

2 時 または 分 を1秒以上長押しする

●「ピッ」と鳴ったら指を離す。

白米 無洗米 エコ炊飯 ふつう 少量 早炊き　18:00　すし おかゆ 玄米 マンナンごはん 健康調理
点滅する

3 時刻を合わせる

時 進む（1時間単位）
分 進む（1分単位）

白米 無洗米 エコ炊飯 ふつう 少量 早炊き　19:07　すし おかゆ 玄米 マンナンごはん 健康調理
点滅が止まれば完了

●押し続けると早送りできます。

●炊飯・保温・予約中は、時刻設定できません。
●リチウム電池が消耗すると、電源プラグを抜いたとき、現在時刻や予約などの記憶内容が消えます。(P.20)
●電池は本体内部に固定されており、お客様ご自身では交換できません。
電池交換される場合は、お買い上げの販売店または修理ご相談窓口(P.26)へご依頼ください。

■予約完了後に現在時刻を見たいとき

点灯
を押す　●押している間のみ表示。

お願い
●炊込みごはん・炊きおこわは予約しないでください。（調味料が沈殿してうまく炊けません）

お知らせ
●炊き上がり時刻までの時間が短すぎると、予約できません。(P.27「予約可能時間」参照)
●「早炊き」「健康調理」は、予約できません。発酵の早い自家製発芽玄米もおすすめできません。
●13時間以上（夏場など水温が高いときは8時間以上）の予約は、お米が発酵し、においの原因になります。
●予約炊飯では、炊飯残時間を表示しません。
●予約炊飯では、お米が水を余分に吸うため、やわらかくなったり、こげたりする場合があります。
●こんにゃく加工食品を混ぜて予約炊飯すると、でんぷん成分が沈殿し、こげやすくなります。

いろいろなごはんを炊く

炊込みごはん、炊きおこわをするときは…

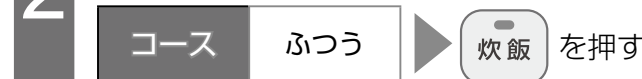
●具の量は、お米1カップ当たり75g以下にする。**（多すぎるとうまく炊けません）**
●具は小さめに切り、お米の上にのせる。**（混ぜるとうまく炊けません）**
●すぐに炊飯する。（時間がたつと、調味料が沈殿してうまく炊けません）

五目ごはん

材料（6人分）　1人分：309 kcal

白米	3カップ
具	
ごぼう・こんにゃく	各30g
干ししいたけ	2枚
油揚げ	½枚
鶏肉（細切り）	50g
にんじん（千切り）	50g
調味料	
薄口しょうゆ・酒	各大さじ1
みりん	大さじ½
塩・即席だしの素	各小さじ½

1 準備する
ごぼう…ささがきにして水につける。
こんにゃく…さっとゆでて細切りにする。
干ししいたけ…ぬるま湯で戻したあと、細切りにする。
油揚げ…熱湯をかけて油抜きし、細切りにする。
白米を洗い、調味料を入れ、水を**白米水位線：3**まで入れ、よくかき混ぜて平らにする。
お米の上に具をのせる。（混ぜない）

2 コースを設定し「炊飯」ボタンを押す
コース　ふつう ▶ を押す

3 仕上げる
ブザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐす。

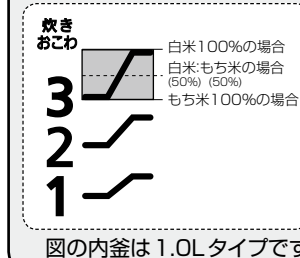
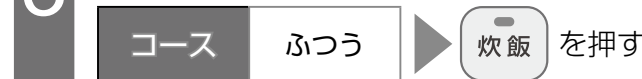
赤飯

材料（6人分）　1人分：295 kcal

もち米	3カップ
小豆	⅓カップ（50g）
小豆の煮汁（炊飯用に使う）	
ごま塩	適量

1 小豆をゆでる
小豆をたっぷりの水でゆで、沸騰したら煮汁を捨てる。
再び水を加え、弱火でかためにゆでる。
ゆで上がったら、煮汁は別容器に移して冷まし、小豆はざるに上げて、ぬれぶきんをかけておく。

水加減について
●もち米100%で炊く場合と、白米を混ぜて炊く場合とで水加減が違います。
<3カップの場合>
炊きおこわ　3 2 1　白米100%の場合　白米:もち米の場合 (50%) (50%)　もち米100%の場合
図の内釜は1.0Lタイプです

2 炊く準備をする
もち米を洗い、ざるに上げ、ぬれぶきんをかけ、30分程度水けを切る。
内釜にもち米を入れ、小豆の煮汁を**炊きおこわ水位線：3の下の線**まで入れる。
足りないときは、水を加える。もち米の上に小豆をのせる。（混ぜない）

3 コースを設定し「炊飯」ボタンを押す
コース　ふつう ▶ を押す

4 仕上げる
ブザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐし、器に盛り、ごま塩を振る。

いろいろなごはんを炊く

すしめしを作るときは…

- ●味をよくしみこませるために、ごはんが熱いうちにすしおけに移し、合わせ酢と混ぜ合わせる。（すし酢は内釜で混ぜない）
- ●つやよく仕上げるために、うちわであおいで急速に冷ます。
- ●粘りが出ないように、しゃもじを寝かせ、ごはんを切るように手早く混ぜる。

手巻きずし

材料（3～4人分）

白米……………………3カップ
昆布……………………5×5cm
焼きのり………………適量
A.合わせ酢
酢………………………90mL
砂糖……………………大さじ2½
塩………………………小さじ1½
具
まぐろ・いか・えび・サーモン
いくら・きゅうり・卵・たくあん
かいわれ菜・アボカドなど……適量

1 準備する
白米を洗い、水を**すしめし水位線：3**まで入れ、
昆布をお米の上にのせる。

2 コースを設定し「炊飯」ボタンを押す
コース すし ▶ 炊飯 を押す

3 すしめしを作る
Aを鍋に入れて軽く温め、合わせ酢を作る。
すしおけの内側を軽くぬらしておく。
ブザーが鳴ったら、昆布を取り出し、ごはんをすしおけに移す。
合わせ酢をごはんにまんべんなく振り入れ、切るように混ぜながら、うちわであおいで冷ます。
乾燥しないように、固く絞ったふきんをかける。

4 巻く
焼きのりに、すしめしと好みの具をのせて巻く。

おかゆを炊くときは…

- ●全がゆと5分がゆの水位目盛りがあるので、お好みにより炊き分ける。（5分がゆの方が水分が多いおかゆ）
- ●牛乳類は使用しない。（うまく炊けません）
- ●味付けは、炊き上がってからする。（調味料が沈殿してうまく炊けません）
- ●具を入れるときは、お米1カップ当たり150g以下にする。**（多すぎるとうまく炊けません）**
- ●ごはんからのおかゆはできません。

茶がゆ

材料（4人分） 1人分：133 kcal

白米……………………1カップ
濃いめのほうじ茶………1300mL
調味料
塩………………………少々
飾り用
お茶の葉………………適量

1 準備する
白米を洗い、冷ましたほうじ茶を
おかゆ（5分）水位線：1まで入れる。

2 コースを設定し「炊飯」ボタンを押す
コース おかゆ ▶ 炊飯 を押す

3 仕上げる
ブザーが鳴ったら、塩を加え、全体をかき混ぜて器に盛り、お茶の葉を散らす。

玄米を炊くときは…

- ●炊飯時間が長いので、乾物の豆類も水で戻さず一緒に炊込むことができる。
  そのときは、玄米と豆類を合わせたカップ数まで水を入れる。
- ●水加減は、具を入れる前にする。
- ●具の量は、お米1カップ当たり75g以下にする。**（多すぎるとうまく炊けません）**
- ●具は小さめに切ってお米の上にのせる。**（混ぜるとうまく炊けません）**

大豆とひじきの混ぜごはん

材料（6人分） 1人分：259 kcal

玄米……………………2½カップ
大豆（乾燥）…………½カップ（65g）
具
芽ひじき（乾燥）………15g
油揚げ（細切り）………1枚
調味料
濃口しょうゆ…………大さじ2
塩・油…………………各適量

1 準備する
玄米と大豆を軽く洗い、内釜に入れる。
水を**玄米水位線：3**まで入れる。

2 コースを設定し「炊飯」ボタンを押す
コース 玄 米 ▶ 炊飯 を押す

3 具を準備する
芽ひじき…20分ほど水で戻し、やわらかくする。
芽ひじきを油でいため、ひたひたの水で煮る。
水分がなくなってきたら、油揚げと調味料を入れ、さらに汁けがなくなるまで煮る。

4 仕上げる
ブザーが鳴ったら具を混ぜ、塩で味を調える。
（内釜で具を混ぜない）

マンナンヒカリのライスバーガー

材料（6個分） 1個分：354 kcal

白米……………………1カップ
マンナンヒカリ…………75g
発芽玄米（軽く洗う）……1カップ
大葉（6枚はみじん切り）……12枚
ハンバーグ
鶏ミンチ………………300g
しいたけ（みじん切り）……3枚
長ねぎ（みじん切り）……⅓本
卵………………………1個
かたくり粉……………大さじ3
下味用
濃口しょうゆ・酒………各小さじ1
たれ
濃口しょうゆ・酒………各大さじ3
砂糖・みりん・水溶きかたくり粉…各大さじ1
水………………………100mL

1 準備する
白米を洗い、白米にマンナンヒカリと発芽玄米を加え、
水を**マンナンごはん水位線：3**まで入れて、軽くかき混ぜる。

2 コースを設定し「炊飯」ボタンを押す
コース マンナンごはん ▶ 炊飯 を押す

3 ハンバーグを作る
鶏肉に下味用のしょうゆ・酒で下味をつける。
ボウルに材料をすべて入れ、よくこねたあと、
6等分して形を整え、フライパンで焼く。

4 たれを作る
鍋に水溶きかたくり粉以外の材料を入れ、煮立たせたあと、
水溶きかたくり粉でとろみをつける。

5 ライスバンズを焼く
ブザーが鳴ったら、大葉（みじん切り）を混ぜ、
12等分して薄丸型のライスバンズを作る。
フライパンでこんがり焼く。（油は引かない）

6 仕上げる
ハンバーグにたれをつけ、大葉といっしょにライスバンズに挟む。

「マンナンヒカリ」は、大塚食品株式会社の登録商標です。

健康調理をする

IH
予約 1・2　コース　時 一 分　白米 無洗米 エコ炊飯 ふつう 少量 早炊き　40　すし おかゆ 玄米 マンナンごはん 健康調理　保温 再加熱　炊飯　取消 切

1 2　●操作をやり直すとき 3

健康調理

●豆や野菜を使ったスープや豆乳ケーキなど
栄養豊富なメニューが調理できます。

1 「健康調理」コースを選ぶ

を押して「▼」を「健康調理」に合わせる

白米 無洗米 エコ炊飯 ふつう 少量 早炊き
炊飯を押す　40
すし おかゆ 玄米 マンナンごはん 健康調理
点滅する

2 分 を押して時間（分）をセットする

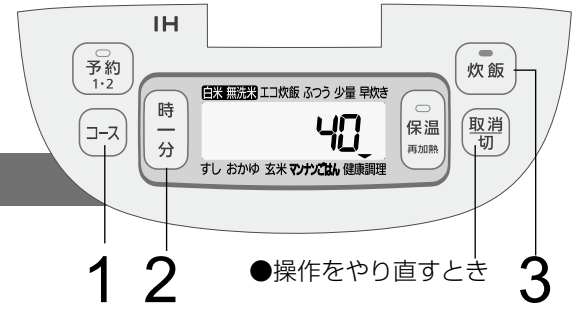
●始めは「40」を表示します。「分」ボタンを押すごとに1～20分では、1分単位、20～90分では、5分単位で増えていきます。押し続けると早送りできます。

3 「炊飯」ボタンを押す

を押す

調理開始

●調理が終わると「完了」の表示が出ますので、取消 切 を押してください。

白米 無洗米 エコ炊飯 ふつう 少量 早炊き
完了
すし おかゆ 玄米 マンナンごはん 健康調理

調理できる容量

タイプ	白米の水位線
1.0L	0.5～4カップ
1.44L	0.5～5カップ

※材料が最大量を超えたり、最小量よりも少ないと、ふきこぼれたり、うまく調理ができません。

お願い

次のようなメニューには使用しないでください。
- ●とろみがつくカレーやシチューなどのルウを使うメニュー
- ●重曹などを使い、急激に泡の出るメニュー
- ●多量の油を使うメニュー
- ●加熱中に膨らむ、練り製品などを使うメニュー

調理をするときは・・・
- ●落としぶたはしないでください。
- ●材料の大きさ、量、温度などの条件で出来ぐあいが変わります。
（材料が多すぎたり大きすぎたりすると、生煮えやふきこぼれの原因）
→かたいときは再度「健康調理」コースを選び、時間を追加し調理してください。

調理後は・・・
- ●保温になりません。また保温機能も使わないでください。
- ●必ずふた加熱板と蒸気ふたを洗ってください。
ふた内面と蒸気ふた取付部およびパッキンもふいてください。特に、肉類を多く入れると、油分やアクでふた加熱板やふた内面が汚れやすくなります。
（においや腐敗、ふた加熱板がさびる原因）
- ●調理が終わったあと、ふたを開けたときにふた加熱板から上枠に水滴が落ちます。
→固く絞ったふきんでふいてください。

お知らせ

- ●セットした時間(分)と蒸気が出始めるまでの時間約5～17分（予熱時間）を加えたものが調理時間になります。
- ●セットした時間（分）は蒸気が出始めると減っていきます。

お料理レシピ

（お料理レシピに記載の料理は、保温しないでください。）

豆入り野菜スープ

材料（4人分）　1人分：80 kcal

- ベーコン……35g
- かぼちゃ……50g
- キャベツ・玉ねぎ・しめじ……各75g
- 水……350mL
- 固形スープの素……1個
- トマトの水煮缶（カット）……100g
- 大豆水煮……50g
- 塩・こしょう……少々（お好みで）
- パセリ……少々

1.0L/1.44L 共に上記の量

1 準備する
ベーコン、野菜…1～1.5㎝角に切る。
しめじ…小房に分ける。
内釜に、塩とこしょう、パセリ以外の材料をすべて入れる。

2 調理する（設定時間＋予熱時間）

コース	健康調理
設定時間	20分

▶

を押す

3 仕上げる
ブザーが鳴ったら、塩とこしょうで味を調える。
器に盛り、彩りにパセリを散らす。

<大豆水煮の作り方>　乾燥大豆の量　1.0Lは100g、1.44Lは150gまで
乾燥大豆100gから約200gの水煮ができます。
①乾燥大豆100gを洗い、豆の3倍量の水に1晩（約8時間）つけて戻す。
②つけ水は捨て、戻した豆と水800mLを内釜に入れ、「健康調理」80分で調理する。
③ブザーが鳴ったら、竹串などでかたさを確認する。

玄米の鶏雑炊

材料（4人分）　1人分：130 kcal

- 玄米ごはん（お茶わん約2杯分）…約260g
- だし汁……500mL
（水500mLと即席だしの素小さじ2で可）
- 鶏肉（ムネ肉）（約1㎝の角切り）…40g
- にんじん・しいたけ（薄切り）……各40g
- 長ねぎ（小口切り）……40g
- 塩……小さじ¼
- 薄口しょうゆ……小さじ½

●玄米以外のごはんでもできます。

1.0Lは上記の量、1.44Lは1.5倍量まで

1 準備する
内釜に材料をすべて入れる。

2 調理する（設定時間＋予熱時間）

コース	健康調理
設定時間	1～2分

▶

を押す

3 仕上げる
ブザーが鳴ったら、そのまま5分蒸らす。
●卵や薬味は、蒸らしが終了してから加える。

■雑炊の材料の割合（目安）

ごはんの量※	水（だし）の量	具の量
お茶わん軽く1杯（130g）	250mL	80gまで

※ごはんの量
1.0Lタイプ（お茶わん軽く2杯まで）、1.44Lタイプ（お茶わん軽く3杯まで）
●材料が多すぎたり少なすぎたりすると、ふきこぼれたり、うまく調理ができません。

豆乳と抹茶のケーキ

材料（8人分）　1人分：192 kcal

- ホットケーキミックス……200g
- 卵……2個
- 豆乳……100mL
- サラダ油……大さじ3
- 甘納豆※……70g
- 抹茶（粉末）……小さじ1

※金時豆、白花豆などの大きいものは、小豆程度に刻むと沈みにくくなります。

1.0L/1.44L 共に上記の量

1 準備する
内釜の内側に薄くバター（分量外）を塗る。材料をすべてボウルに入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。（内釜で混ぜない）
生地を内釜に流し入れる。

2 調理する（設定時間＋予熱時間）

コース	健康調理
設定時間	40分

▶ 炊 飯 を押す

3 仕上げる
ブザーが鳴ったら、ふきんなどを使って内釜を取り出す。
内釜からケーキを取り出し、皿や網の上で冷ます。

お願い　●内釜は、大変熱くなっていますのでご注意ください。

お手入れ

●電源プラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。
●本体に付いているパッキンは引っ張らないでください。(外れたり破れる原因)
●洗ったあとは、からぶきしてください。

初めて使うとき＆使うたびに

取り外してから、
やわらかいスポンジを使い台所用中性洗剤で洗う

炊込みごはんなど
調味料を使ったときは、早めに洗う
(においや腐敗・さびの原因)

内釜　しゃもじ　ふた加熱板　蒸気ふた

【SR-HG】【SR-HS】

■次の物は使わない

金属たわし/ナイロンたわし など

研磨粒子部分で洗わない

ベンジン/シンナー/磨き粉/漂白剤/除菌アルコール など

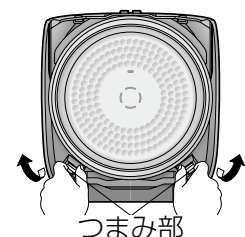
食器洗い乾燥機/食器乾燥器(SR-HSのふた加熱板は除く)

釜底センサー

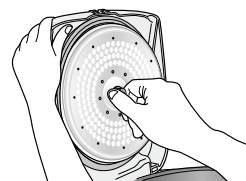
ふた加熱板

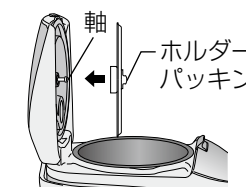
台所用中性洗剤で洗う。

【SR-HG104/HG154】
●パッキン部のごはんつぶなど異物を取り除く。

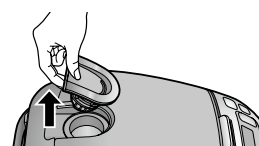
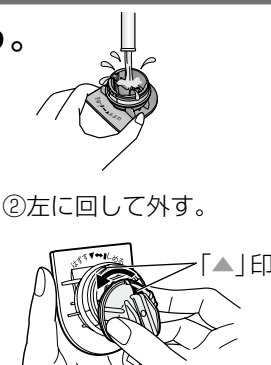
■取り外し方
両側のつまみ部を持ち、手前に引っ張る。

■取り付け方
①ふた加熱板の突起を上部のくぼみに入れる。
②つまみ部(両側)を本体(ふた)に「カチッ」と音がするまで押し込む。

【SR-HS104/HS154】
●熱くなっていますのでご注意ください。
●まれに点さびがでることがあります。クリームタイプの磨き粉でお手入れしてください。

■取り外し方
ホルダーパッキンを持って、手前に引っ張る。

■取り付け方(取り外しと逆の手順で)
ふたの中心にある軸に押し込む。

お願い
●調味料を使った場合(炊込みごはんや健康調理など)は、早めに洗ってください。(においや腐敗、さびの原因)

蒸気ふた

台所用中性洗剤で洗う。

■取り外し方
①引き上げて外す。　②左に回して外す。

■取り付け方(取り外しと逆の手順で)
①「▲」印を合わせ、「カチッ」と音がするまで右に回す。
②ふたに押し込む。

ふた内面／パッキン

固く絞ったふきんでふく。
蒸気ふたを外し、ふた内面と蒸気ふた取付部およびパッキンをふく。パッキン部のごはんつぶなど異物を取り除く。

お知らせ
●水を増やしたり、玄米を炊いたときは汚れやすくなります。

上枠

固く絞ったふきんでふく。
フックボタン周辺のごはんつぶなど異物を取り除く。

お願い
●水などを流し込んで洗わないでください。

釜底センサー

固く絞ったふきんでふく。
(汚れが落ちにくいときは、台所用中性洗剤を含ませたナイロンたわしで軽く磨いてからふく)

お知らせ
●汚れたまま使うと、ごはんがこげたりしてうまく炊けません。

内釜(P.4)

(P.4)

台所用中性洗剤で洗う。

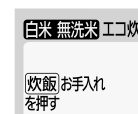
お願い
●洗いおけ代わりに使わないでください。
(ダイヤモンドフッ素樹脂被膜がはがれる原因)

気になるときに

お手入れ機能

においが取れない、ふた加熱板や蒸気口の汚れが落ちにくいときに…

準備　①内釜の約8分目まで水を入れる
②内釜を本体にセットし、ふたを閉める

1 を押して
「お手入れ」を表示させる(P.10)

2 「炊飯」ボタンを押す

を押す

お手入れ機能開始

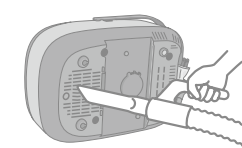
3 約45分後、ブザーが鳴ったら

を押す

●冷めてから、お湯を捨てる

●レモン1個を輪切りにして水と一緒に内釜に入れると効果的です。
●においや汚れは完全に取れないことがあります。

定期的に

本体底面(吸排気口)は

掃除機などで、ほこりやごみを取り除く。

故障かな？

サービスを依頼される前に次の点をご確認ください。

	症状	ここを確認！	ページ
予約	予約したのに すぐ炊き始める	●現在時刻は合っていますか？（24時間表示です） ●「予約可能時間」より前に予約しましたか？	12 27
予約	予約した時刻に 炊き上がらない	●現在時刻は合っていますか？（24時間表示です） ●「炊飯」ボタンは押しましたか？	12 12
炊飯／保温中	炊飯時間が長い	●続けてごはんを炊くと、炊飯時間が（最大約50分）長くなります。 ●炊飯途中で残時間表示の進行を止め、調整することがあります。	— —
炊飯／保温中	音がする	●「ブーン」音→熱を逃がすファンが回っている音です。 ●「ジー」音→IH（電磁誘導加熱）の通電音です。 ●「シュー」音→蒸気が噴き出す音です。	— — —
炊飯／保温中	蒸気口以外から 蒸気が漏れる	●ふたのパッキン部や内釜のふちにごはんが付いたり、内釜が変形していませんか？ ●ふた加熱板は、使うたびに洗い、正しくセットしていますか？	— 18
その他	ボタン操作が できない	●ボタンのランプが点灯していませんか？ →炊飯・予約・保温中は、ボタン操作ができません。 「取消／切」ボタンを押してから行ってください。	—
その他	再加熱ができない	●保温を切っていませんか？ ●ごはんが冷めていませんか？（ブザーが4回鳴ります） 50℃以下のときは、再加熱できません。	— —
その他	表示が消えた	●電源プラグを差すと、「8：30」を表示しますか？ 【表示する】リチウム電池が消耗しています。 電源プラグを差せば炊飯や保温はできますが、予約炊飯をする場合は、毎回現在時刻を合わせてください。 電池は本体内部に固定されており、お客様ご自身では交換できません。 【表示しない】電子回路が故障しています。 →電池交換または修理をされる場合は、お買い上げの販売店または修理ご相談窓口（P.26）へご依頼ください。	12
その他	電源プラグから 火花が飛んだ	●電源プラグを抜き差しするときに小さな火花が出ることがあります。 IH（電磁誘導加熱）方式固有のもので、故障ではありません。	—

■誤って、水やお米を直接本体に入れてしまったときは販売店にご相談ください。

こんな表示が出たら

エラー表示	ここを確認！	ページ
U10	●内釜はセットされていますか？ →専用の内釜をセットし、ふたを閉めて再度操作してください。 ※それでも表示が消えないときは、「取消／切」ボタンを押して表示を消したあと、再度操作してください。	—
U12	●内釜の底やふた加熱板、釜底センサーに異物や汚れが付いていませんか？ →異物や汚れを取り除き、「取消／切」ボタンを押してください。 ●水の量が多くないですか？ →「取消／切」ボタンを押してください。 （次に炊飯するときは、水を少なめに） ※このエラー表示が出ると、自動で保温にならないことがあります。保温する場合は、上記の対応をしたあと、「保温／再加熱」ボタンを押してください。	4 —
U14	●96時間を超える保温をしていませんか？ →「取消／切」ボタンを押してください。	—
U15	●ふたが開いていませんか？ ●蒸気ふたは付いていますか？ →紛失したときは、販売店でご購入ください。 蒸気ふたがなくても炊飯・保温はできますが、 ①おいしさは低下します。（保温の場合は、ごはんが乾燥します） ②ふきこぼれることがあります。 ③炊き上がったあと、再度「U15」を表示することがあります。 ●蒸気ふたの中に、異物や汚れがありませんか？ →きれいに洗ってから取り付けてください。 ●蒸気ふたの下の部分が外れていませんか？ →カチッと音がするまで回して取り付けてください。 ※このエラー表示が出ると、自動で保温にならないことがあります。保温する場合は、上記の対応をしたあと、「保温／再加熱」ボタンを押してください。	— 19 — 19
U17	●電源から入る雑音の影響を受けています。 →「取消／切」ボタンを押し、別のコンセントをお使いください。	—
U25	●本体底の吸排気口がほこりなどで詰まっていませんか？ →次の手順でほこりを取り除いてください。 ①「取消／切」ボタンを押したあと電源プラグを抜く。 ②本体が冷めたら内釜を取り出す。 ③本体底の吸排気口のほこりを取り除く。 ●本体底面（吸排気口）をふさぐような所で使っていませんか？ →風通しのよい場所（テーブルの上など）でお使いください。	19 4

上記の対応をしても回復しないときは、販売店に修理をご依頼ください。

エラー表示	ここを確認！	ページ
H01～H09	●お買い上げの販売店に、修理をご依頼ください。	—

こんなときは

故障ではありません。
サービスを依頼される前にご確認ください。

やわらかい（べたつく）

●お米や水は、正確にはかりましたか？（P.6）
●割れ米が多く混ざっていませんか？
●長時間水に浸していませんか？（長時間の予約炊飯など）
→予約炊飯のときは、水を少なめにしてください。（水位線より１～2mm程度が目安）

- お湯で洗米していませんか？
- 規定量以上のお米を「少量」コースで炊いていませんか？
（1.0Ｌタイプ：0.5～1.5カップ、1.44Ｌタイプ：0.5～2カップ）
- 炊き上がったあと、すぐにほぐしましたか？
- 新米を炊くときは、通常より水を減らしましたか？（水位線より１～2mm程度が目安）
- 水に浸したお米を炊くときに、「炊飯」ボタンを１回だけ押していませんか？
→水に浸したお米を炊くときは、「炊飯」ボタンを２回続けて押してください。（P.10　お米を浸してから炊かれるお客様へ）
または「早炊き」コースで炊いてください。
- 洗米後にざるに上げたまま放置して、お米にひびが入っていませんか？（P.6）
- かためのごはんがお好みですか？
→水を少なめにしてください。（水位線より１～2mm程度が目安）

かたい（芯がある、ぱさつく、表面がべたつき芯が残る）

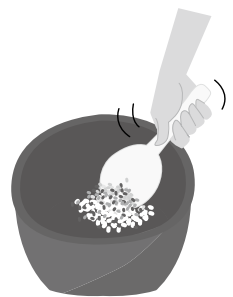
●お米や水は、正確にはかりましたか？（P.6）
●「早炊き」コースで炊いていませんか？

- 充分水に浸さずに、「炊飯」ボタンを２回続けて押していませんか？
（夏場は30分以上、冬場は１時間以上が目安）
- 夏場のお米を炊くときは、通常より水を増やしましたか？（水位線より１～2mm程度が目安）
- 夏場のお米、分づき米、胚芽米はぱさつく傾向があります。
→やわらかめにしたいときは、水に浸してから炊いてください。
- やわらかめのごはんがお好みですか？
①水を多めにしてください。（「エコ炊飯」コースは、水位線より１～5mm程度　他のコースは、水位線より１～2mm程度）
②水に浸してから（30分～２時間程度）炊いてください。
③「エコ炊飯」コースをお使いの場合は、「ふつう」コースをお試しください。
→上記の対応をしても改善しないときは、「お米の性質や状態によってお好みに炊けないとき」（P.25）をお試しください。

こげる

●精米や洗米は、充分しましたか？
●釜底センサー、内釜の底、本体内部に汚れや異物が付いていませんか？
●無洗米を使っていませんか？
無洗米を使うとこげやすくなります。
→「無洗米」コースで炊いてください。
→炊く前に、軽く水洗いすると和らぎます。
●予約炊飯していませんか？（長時間水に浸したとき、こんにゃく加工食品を混ぜたとき）

- 割れ米が多く混ざっていませんか？
- 洗米後にざるに上げたまま放置して、お米にひびが入っていませんか？（P.6）
- 調味料を入れて炊いていませんか？（炊込みごはんなど）
- 分づき米、胚芽米は、白米に比べてこげやすくなります。
- 底にできるきつね色のこげは、故障ではありません。

→上記の対応をしても改善しないときは、「ごはんのこげが気になるとき」（P.25）をお試しください。

症　状	ここを確認！
無洗米がうまく炊けない	●お米の種類にもよりますが、無洗米はべたついたり、芯が残ったり、こげやすいことがあります。 →炊く前に軽く水洗いしてください。 →水に浸してから炊いてください。（30分程度）
露が付く におう 黄ばむ	●炊き上がったあと、すぐにほぐしましたか？ ●保温中に、ごはんが入ったまま電源プラグを抜いていませんか？ ●24時間以上保温していませんか？ ●冷めたごはんを継ぎ足して保温していませんか？ ●精米や洗米は、充分しましたか？ ●しゃもじを入れたまま保温していませんか？ ●炊込みごはんや「健康調理」コースを使ったあとなど、調味料を入れて炊いたあとは、においが残ることがあります。 →内釜やふた加熱板、蒸気ふたを念入りに洗ってください。 →においが取れないときは、「お手入れ機能」を使ってください。（P.19） ●お米の種類により、炊き上がり後のごはんが黄色く見えることがあります。
乾燥する	● 24 時間以上保温していませんか？ ●繰り返し再加熱をしていませんか？ ●蒸気ふたは、正しく取り付けていますか？ ●ふたのパッキン部や内釜のふちにごはんが付いたり、内釜が変形していませんか？
おかゆがのり状になる	●長時間水に浸していませんか？（長時間の予約炊飯など） ●おかゆを保温していませんか？
薄い膜ができる	●洗米しすぎて、お米が割れたりしていませんか？ ●お米のぬか分が残っていませんか？ （オブラート状の薄い膜は、でんぷんが溶けて乾燥したもので、害はありません）
ごはんが内釜にこびりつく	●お米の種類にもよりますが、やわらかいごはんや粘りのあるごはんは、こびりつきやすいことがあります。
炊き上がったごはんの表面がへこんでいる	●ＩＨ（電磁誘導加熱）の特長である強い火力によるものです。異常ではありません。 ●こんにゃく加工食品とお米など個々の重さが違うものを混ぜて炊いていませんか？ 重さが違うと対流が変化し表面がへこむことがありますが、異常ではありません。

■上記の対応をしても改善しないときは、P.24～25の手順を見ながら設定を変更してください。

こんなときは

P.22～23の対応をしても症状が改善しないときなどは、設定を変更することができます。

●手順１は、「白米」または「無洗米」の「早炊き」コースに合わせてください。
●手順２・３・４は、それぞれ16秒以内に完了してください。
16秒以上何も操作しなかったときは、現在時刻表示に戻ります。(設定できていません)
→始めからやり直してください。
●設定完了後は現在時刻表示に戻ります。
●元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。

保温中、ふた加熱板や内釜に露が多く付くとき

1 コース を押して「▲」を「早炊き」に合わせる

2 保温 を押す 受付音(ピッ)はしません
予約1･2 を押す 受付音(ピッ)はしません
保温 を押す 01

3 炊飯 を押す 60

4 コース を押して「62」を表示させる
押すごとに「62→74→76→72→60→62」の順に変わります

4秒後に完了 62

お知らせ
●工場出荷時は「60」です。

ごはんの保温温度を上げたいとき（60→74に上げる）

1 コース を押して「▲」を「早炊き」に合わせる

2 保温 を押す 受付音(ピッ)はしません
予約1･2 を押す 受付音(ピッ)はしません
保温 を押す 01

3 炊飯 を押す 60

4 コース を押して「74」を表示させる
押すごとに「62→74→76→72→60→62」の順に変わります

4秒後に完了 74

お願い
●12時間を超える保温はしないでください。
●変更後、においがするときは「76」、変色・乾燥するときは「72」に変更してください。

お知らせ
●工場出荷時は「60」です。

ごはんのこげが気になるとき

1 コース を押して「▲」を「早炊き」に合わせる

2 保温 を押す 受付音(ピッ)はしません
予約1･2 を押す 受付音(ピッ)はしません
保温 を押す 01

3 コース を押して「02」を選ぶ 02
炊飯 を押す So:HI

4 コース を押して「So:Lo」を表示させる
押すごとに「So:Lo」「So:HI」「So:Lo」…の順に変わります

4秒後に完了 So:Lo

お米の性質や状態によってお好みに炊けないとき

1 コース を押して「▲」を「早炊き」に合わせる

2 保温 を押す 受付音(ピッ)はしません
予約1･2 を押す 受付音(ピッ)はしません
保温 を押す 01

3 コース を2回押して「03」を選ぶ 03
炊飯 を押す

4 コース を押して「 」を表示させる
押すごとに「 」がついたり、消えたりします

4秒後に完了

お知らせ
●変更すると「無洗米」「エコ炊飯」「少量」は選べません。
「白米／ふつう」を使用し、水位線は「白米」に合わせる。
●炊飯時間は約60分になります。

終了音を消したいとき（炊飯・再加熱・お手入れの終了音を消す）

1 コース を押して「▲」を「早炊き」に合わせる

2 保温 を約10秒間押す OFF

お知らせ
●変更しても、ボタンの受付音は消えません。

保証とアフターサービス　よくお読みください

修理・使いかた・お手入れなどは

■まず、お買い上げの販売店へ ご相談ください

▼お買い上げの際に記入されると便利です

販売店名	
電話	(　　　)　－
お買い上げ日	年　　月　　日

修理を依頼されるときは

「故障かな?」「こんな表示が出たら」「こんなときは」(20～25ページ)でご確認のあと、直らないときは、まず電源プラグを抜いて、お買い上げ日と下の内容をご連絡ください。

●製品名	ＩＨジャー炊飯器
●品番	
●故障の状況	できるだけ具体的に

●保証期間中は、保証書の規定に従ってお買い上げの販売店が修理をさせていただきますので、おそれ入りますが、製品に保証書を添えてご持参ください。　保証期間：お買い上げ日から本体１年間

●保証期間終了後は、診断をして修理できる場合はご要望により修理させていただきます。

※修理料金は次の内容で構成されています。

- 技術料　診断・修理・調整・点検などの費用
- 部品代　部品および補助材料代
- 出張料　技術者を派遣する費用

※補修用性能部品の保有期間　6年

当社は、このＩＨジャー炊飯器の補修用性能部品(製品の機能を維持するための部品)を、製造打ち切り後６年保有しています。

■転居や贈答品などでお困りの場合は、次の窓口にご相談ください

※「よくあるご質問」「メールでのお問い合わせ」などはホームページをご活用ください。 http://panasonic.co.jp/cs/

●修理に関するご相談は

パナソニック 修理ご相談窓口

電話 フリーダイヤル **0120-878-554**
※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

• 上記電話番号がご利用いただけない場合は、各地の「修理ご相談窓口」におかけください。

※ご使用の回線(IP電話やひかり電話など)によっては、回線の混雑時に数分で切れる場合があります。

●使いかた・お手入れなどのご相談は

パナソニック お客様ご相談センター　365日 受付9時～20時

電話 フリーダイヤル **0120-878-365**
※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

■上記番号がご利用いただけない場合　**06-6907-1187**
■FAX　フリーダイヤル　**0120-878-236**

Help desk for foreign residents in Japan
Tokyo (03) 3256 - 5444　**Osaka** (06) 6645 - 8787
Open : 9:00 - 17:30 (closed on Saturdays /Sundays / national holidays)
※上記の内容は、予告なく変更する場合があります。ご了承ください。

■各地域の修理ご相談窓口　**※電話番号をよくお確かめの上、おかけください。**

• 地区・時間帯によって、集中修理ご相談窓口に転送させていただく場合がございます。

地区	窓口	電話	所在地
北海道地区	札幌	☎(011)894-1251	札幌市厚別区厚別南2丁目17-7
	旭川	☎(0166)22-3011	旭川市2条通16丁目1166
	帯広	☎(0155)33-8477	帯広市西20条北2丁目23-3
	函館	☎(0138)48-6631	函館市西桔梗589番地241(函館流通卸センター内)
東北地区	青森	☎(017)775-0326	青森市大字浜田字豊田364
	秋田	☎(018)868-7008	秋田市外旭川字小谷地3-1
	岩手	☎(019)645-6130	盛岡市厨川5丁目1-43
	宮城	☎(022)387-1117	仙台市宮城野区扇町7-4-18
	山形	☎(023)641-8100	山形市平清水1丁目1-75
	福島	☎(024)991-9308	郡山市亀田1丁目51-15
首都圏地区	栃木	☎(028)689-2555	宇都宮市上戸祭3丁目3-19
	群馬	☎(027)254-2075	前橋市箱田町325-1
	茨城	☎(029)864-8756	つくば市筑穂3丁目15-3
	埼玉	☎(048)728-8960	桶川市赤堀2丁目4-2
	千葉	☎(043)208-6034	千葉市中央区末広5丁目9-5
	東京	☎(03)5477-9700	東京都世田谷区宮坂2丁目26-17
	山梨	☎(055)222-5822	甲府市宝1丁目4-13
	神奈川	☎(045)847-9720	横浜市港南区日野5丁目3-16
	新潟	☎(025)286-0180	新潟市東区東明1丁目8-14
中部地区	石川	☎(076)280-6608	金沢市玉鉾2丁目266番地
	富山	☎(076)424-2549	富山市根塚町1丁目1-4
	福井	☎(0776)21-0622	福井市問屋町2丁目14
	長野	☎(0263)86-9209	松本市寿北7丁目3-11
	静岡	☎(054)287-9000	静岡市駿河区高松2丁目24-24
	愛知	☎(052)819-0225	名古屋市瑞穂区塩入町8-10
	岐阜	☎(058)278-6720	岐阜市中鶉4丁目42
	高山	☎(0577)33-0613	高山市花岡町3丁目82
	三重	☎(059)254-5520	津市久居野村町字山神421
近畿地区	滋賀	☎(077)582-5021	守山市水保町1166番地の1
	京都	☎(075)646-2123	京都市南区上鳥羽中河原3番地
	大阪	☎(06)7730-8888	大阪市城東区関目2丁目15-5
	奈良	☎(0743)59-2770	大和郡山市筒井町800番地
	和歌山	☎(073)475-2984	和歌山市中島499-1
	兵庫	☎(078)796-3140	神戸市須磨区弥栄台3丁目13-4
中国地区	鳥取	☎(0857)26-9695	鳥取市安長295-1
	米子	☎(0859)34-2129	米子市米原4丁目2-33
	松江	☎(0852)23-1128	松江市平成町182番地14
	出雲	☎(0853)21-3133	出雲市渡橋町416
	浜田	☎(0855)22-6629	浜田市下府町327-93
	岡山	☎(086)242-6236	岡山市北区田中138-110
	広島	☎(082)295-5011	広島市西区南観音1丁目13-5
	山口	☎(083)973-2720	山口市小郡下郷220-1
四国地区	香川	☎(087)868-6388	高松市勅使町152-2
	徳島	☎(088)624-0253	徳島市沖浜2丁目36
	高知	☎(088)834-3142	高知市仲田町2-16
	愛媛	☎(089)905-7544	愛媛県伊予郡砥部町八倉75-1
九州地区	福岡	☎(092)593-8002	春日市春日公園3丁目48
	佐賀	☎(0952)26-9151	佐賀市鍋島町大字八戸字上深町3044
	長崎	☎(095)830-1658	長崎市東町1919-1
	大分	☎(097)556-3815	大分市萩原4丁目8-35
	宮崎	☎(0985)63-1213	宮崎市本郷北方字草葉2099-2
	熊本	☎(096)367-6067	熊本市健軍本町12-3
	天草	☎(0969)22-3125	天草市港町18-11
	鹿児島	☎(099)250-5657	鹿児島市与次郎1丁目5-33
	大島	☎(0997)53-5101	奄美市名瀬朝仁町11-2
沖縄地区	沖縄	☎(098)877-1207	浦添市城間4丁目23-11

所在地、電話番号は変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。
最新の「各地域の修理ご相談窓口」はホームページをご活用ください。 http://panasonic.co.jp/cs/service/area.html　0510

【ご相談におけるお客様の個人情報などのお取り扱いについては裏表紙をご覧ください】

仕様

コース		炊飯時間の目安(分)・( )内は「炊飯」ボタンを２回続けて押したとき	保温※	予約可能時間	炊飯容量(カップ数)・( )内は、具を入れて炊くとき	
					1.0Lタイプ	1.44Lタイプ
白米	エコ炊飯	45(35～44)	○	60分前～	0.5～5.5	0.5～8
	ふつう	53(30～38)				
無洗米	エコ炊飯	45(25～30)	○	60分前～		
	ふつう	53(30～40)				
白米・無洗米	少量	48(30～32)	○	60分前～	0.5～1.5	0.5～2
	早炊き	27～34(23～32)	○	－	0.5～5.5	0.5～8
	すし	46(26～34)	○	60分前～	1～5.5	1～8
	おかゆ	50～67	×	70分前～	全がゆ　0.5～1.5(0.5～1)	全がゆ　0.5～2(0.5～1.5)
					5分がゆ　0.5～1　(0.5)	5分がゆ　0.5～1.5(0.5～1)
玄米		110～120	×	130分前～	1～3(1～2)	1～6(1～5)
マンナンごはん		50～60(30～45)	○	60分前～	0.5～5.5	0.5～8
健康調理		メニューに応じて、1～90	－	－	白米水位線　0.5～4	白米水位線　0.5～5

※「×」印も、自動的に保温になりますが、おすすめできません。(P.11)

お知らせ

●炊込みごはんや炊きおこわ、雑穀米・発芽玄米・分づき米・胚芽米は、「白米または無洗米」の「ふつう」コースで炊くことができます(P.8)

		SR-HG104	SR-HS104	SR-HG154	SR-HS154
電源		交流 100 V　50 ／ 60 Hz			
消費電力(約)	炊飯時	1100 W		1200 W	
	保温時	743 W(15.6 Wh※1)	748 W(14.8 Wh※1)	847 W(17.4 Wh※1)	853 W(15.9 Wh※1)
コードの長さ		1.0 m			
質量(約)		4.2 kg	3.8 kg	4.6 kg	4.2 kg
大きさ(幅×奥行×高さ)		25.4 cm × 36.2 cm × 21.1 cm(40.4 cm※2)		25.4 cm × 36.2 cm × 24.6 cm(43.9 cm※2)	

●消費電力は瞬間に消費する最大の電力容量です。
●電源が"切"の状態での消費電力は、約0.5Wです。(電源プラグを接続した状態)
●この製品は、日本国内用に設計(電源周波数50Hz／60Hzの切替は不要)されています。
電源電圧や電源周波数の異なる外国では、使用できません。また、アフターサービスもできません。
●(※1)は、1時間当たりの保温時消費電力量です。
●(※2)は、ふたを開けたときの高さです。

家庭用品品質表示法に基づく省エネ関連表示

	SR-HG104	SR-HS104	SR-HG154	SR-HS154
最大炊飯容量	1.0 L		1.44 L	
区分名	B		C	
蒸発水量	22.7 g	12.9 g	17.1 g	14.2 g
年間消費電力量	77.0 kWh/ 年	74.4 kWh/ 年	109 kWh/ 年	104 kWh/ 年
1回当たりの炊飯時消費電力量	149 Wh	145 Wh	177 Wh	174 Wh
1時間当たりの保温時消費電力量	15.6 Wh	14.8 Wh	17.4 Wh	15.9 Wh
1時間当たりのタイマー予約時消費電力量	0.62 Wh	0.62 Wh	0.62 Wh	0.62 Wh
1時間当たりの待機時消費電力量	0.53 Wh	0.53 Wh	0.53 Wh	0.53 Wh

注記
●１回当たりの炊飯時消費電力量は、「白米／エコ炊飯」コースでの電力量です。
●１時間当たりの保温時消費電力量は、工場出荷時の保温設定での電力量です。
●実際にお使いになるときの消費電力量は、使用頻度、使用時間、お米の量、ご使用コース、周囲の温度などによって変化しますので、あくまでも目安としてご覧ください。
●年間消費電力量は省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による数値です。(区分名も同法に基づいています)
●蒸発水量は、１回当たりの炊飯時に炊飯器機体外へ放出した水の質量であり、省エネ法の目標基準値を算出するために用いる数値です。

内釜は販売店やパナソニックの家電製品直販サイト「パナセンス」でお買い求めいただけます。

- ●SR-HG104 ： （品番）ARE50-D60
- ●SR-HG154 ： （品番）ARE50-D59
- ●SR-HS104 ： （品番）ARE50-D62
- ●SR-HS154 ： （品番）ARE50-D61

CLUB Panasonic
Pana Sense

http://club.panasonic.jp/mall/sense/

【ご相談窓口における個人情報のお取り扱い】

パナソニック株式会社およびパナソニックグループ関係会社（以下「当社」）は、お客様の個人情報をパナソニック製品に関するご相談対応や修理サービスなどに利用させていただきます。
併せて、お問い合わせ内容を正確に把握するため、ご相談内容を録音させていただきます。また、折り返し電話をさせていただくときのために発信番号を通知いただいておりますので、ご了承願います。当社は、お客様の個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に個人情報を開示・提供いたしません。個人情報に関するお問い合わせは、ご相談いただきました窓口にご連絡ください。

愛情点検　長年ご使用の IH ジャー炊飯器の点検を！

こんな症状はありませんか

- ●電源プラグ・コードが異常に熱くなる。
- ●コードに傷が付いたり、通電したりしなかったりする。
- ●本体が変形したり、異常に熱い。
- ●本体から煙が出たり、こげ臭いにおいがする。
- ●本体の一部に割れ、ゆるみ、がたつきがある。
- ●炊飯中、底部のファンが回っていない。

ご使用中止

事故防止のため、使用を中止し、コンセントから電源プラグを抜いて、必ず販売店に点検をご依頼ください。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「**ご愛用者登録**」をしてください

- 特典1 お宅の家電情報をまとめて登録／管理ができる
- 特典2 使い方など商品情報をスムーズに入手できる
- 特典3 エンジョイポイントをためてプレゼントに応募できる

PC http://club.panasonic.jp/

携帯

※このサービスは
WEB限定のサービスです。

パナソニック株式会社 キッチンアプライアンスビジネスユニット
〒673-1447 兵庫県加東市佐保５番地

RZ19-D591
F0910K11010